La Clé de La Vie : L'Empathie

31/12/2024

L'Empahie : La Clé Contre le Déni. La Santé.

Ici je vais beaucoup m'inspirer / reprendre cette video qui est très bien

+ https://www.psychologue.net/articles/lextraordinaire-pouvoir-de-lempathie

L'empathie est cette capacité au pouvoir extraordinaire et qui est l'alliée la plus précieuse de tous les thérapeutes, travailleurs sociaux, de toutes les personnes qui exercent un métier de la relation ; mais plus largement, qui est ***indispensable* dans notre vie à toutes et à tous.** Elle est différente de la **contagion émotionnelle.**

L'Empathie est la reconnaissance et la compréhension des sentiments et des émotions d'un autre individu. On dit parfois qu'on peut distinguer 4 types d'empathie : cognitive, émotionnelle, somatique, compassionnelle. Mais en réalité, l'empathie cognitive n'est pas de l'empathie qui est de ressentir les emotions de l'autre, mais essayer de comprendre le scripte de l'autre. Pour Comprendre Sincèrement, nous sommes obligés de Ressentir.

L'empathie sert à nous connecter à nos propres émotions, mais aussi à celles des autres. En tant qu'être sociaux, l'empathie nous sert à nous connecter car nous sommes des êtres grégaires et sociaux, nous vivons en groupe. L'empathie sert à comprendre notre environnement, c'est pour ça que l'empathie est une très forte intelligence sociale adaptative. Et malheureusement, l'empathie est complètement méprisée dans notre société compétitive / concurrentielle et individualiste car elle va à l'encontre du Profit car elle Oeuvre pour le Bien Commun.

Voir cette publication sur Instagram

Une publication partagée par • Céline Ellie | Coach en relations amoureuses • (...

La réponse la plus communément partagée de la définition de l'empathie est : ***« se mettre à la place de l'autre »***. On peut garder cette définition comme base avant de tenter de saisir cet « art du cœur » qui est bien plus vaste que ce simple énoncé.

Dans mon chemin vers l'empathie deux personnes m'ont particulièrement inspiré : **Carl Rogers fondateur de l'Approche Centrée sur la Personne** et **Marshal Rosenberg fondateur de la Communication Non Violente**. Je trouve que les définitions qu'ils donnent ici, permettent de saisir la nature singulière et profonde de l'empathie :

« Cela signifie vivre temporairement la vie de l'autre, s'y déplacer délicatement sans porter de jugements, capter la signification de ce sentiment dont il, ou elle, n'est qu'à peine conscient. » Rogers

« L'empathie c'est quand l'autre ressent la connexion avec ce qui est vivant en vous. » Rosenberg

Mais l'empathie ne peut pas se réduire à des citations, alors comment saisir la notion d'empathie sans la réduire ? L'expérience de « recevoir » de l'empathie est une excellente manière de l'appréhender.

« Quand une personne se rend compte qu'elle a été profondément écoutée, ses yeux s'humidifient. Je pense qu'elle pleure de joie. C'est comme si elle disait, « Dieu merci, quelqu'un m'a entendu, quelqu'un sait ce que cela fait d'être moi ». Rogers

Altruisme : Comportement caractérisé à s'intéresser et à se dévouer à autrui, ne procurant pas d'avantages apparents et immédiats à l'individu, qui les exécute mais qui sont bénéfiques à d'autres individus et peuvent favoriser surtout à long terme un vivre-ensemble et une reconnaissance mutuelle au sein du groupe où il est présent, bien que l'altruisme brut soit néanmoins un acte ne demandant rien en retour.

Nous sommes des êtes sociaux, et faire du bien à l'autre, nous sentir utile, nous fait profondément du bien à nous même. C'est pour ça qu'en aidant les autres, on s'aide soi-même. On est créé pour ça.

Exemples de situations sans empathie et leurs effets néfastes

Hugo est très colérique et souvent agressif et violent avec ses petits camarades. Le collège a convoqué une réunion pédagogique pour aborder le sujet, il a encore agressé un petit camarade et un conseiller d'éducation qui a tenté d'intervenir en a récemment fait les frais. Il s'était approché pour s'interposer et le sommant de se calmer, il l'a attrapé par le bras. Cela n'a fait que décupler sa rage et Hugo est parti en cognant tout ce qui se trouvait sur son passage. Toute l'équipe connait bien ces situations associées aux comportements d'Hugo.

Charlotte qui vient consulter une jeune femme praticienne en médecine chinoise et acupunctrice, fait l'expérience de sa première séance d'acupuncture. Contrairement à ses séances antérieures avec d'autres praticiens, certaines aiguilles sont très douloureuses quand elles pénètrent l'épiderme. Charlotte l'exprime et s'entend dire : *« C'est rien, ne soyez pas si douillette, ça fait un peu mal mais c'est pour votre bien »*. Le lendemain Charlotte a plusieurs hématomes et ces zones-là sont très douloureuses. Elle pense qu'elle ne reviendra plus chez cette praticienne, elle est déçue et frustrée.

Hugo et Charlotte ont vécu chacun le manque ou l'absence d'empathie comme une agression ou un trauma. Ils n'ont pas été entendu dans ce qu'ils vivaient et au contraire niés, rejetés, jugés et condamnés. Ils ont appris que leurs vécus émotionnels n'étaient pas acceptés et qu'ils feraient mieux de s'abstenir de ressentir ce qu'ils ressentent.

Les personnes n'ayant pas reçu d'empathie vont échafauder des stratégies d'adaptation dans de futures situations similaires : exprimer plus violement ce qui n'a pas été entendu, éviter les situations, réprimer leurs émotions et même aller jusqu'à faire dysfonctionner leur système émotionnel. Ce qui est, comme le signale Brigitte Oriol, particulièrement grave quand il s'agit d'un enfant.

« L'enfant doit ravaler ses émotions et dans cet interdit, il va apprendre à faire dysfonctionner son système émotionnel qui était magnifique au départ. On retrouvera les conséquences de ces blocages, même des années plus tard, dans un cortège de maladies psychosomatiques, des troubles alimentaires ou encore dans des difficultés relationnelles avec les autres, des addictions à la drogue, l'alcool, dans la délinquance voire dans la soumission… »

En effet le cerveau de l'enfant n'étant pas encore bien développé il ressent les émotions de manière beaucoup plus intense et n'a pas encore la capacité de faire appel à son cortex frontal pour réguler l'émotion. Il est impuissant et a besoin d'aide.

*« Nous avons tous entendu dire : « T'es pas belle quand tu es en colère – Tu fais des caprices – Puisque tu cries, je te laisse ». **Accabler l'enfant par ces réflexions**, c'est comme lui envoyer un « projectile » dans le cerveau qui, en attendant d'exploser à tout moment de sa vie (l'adolescence, l'âge adulte), le **détruit à petit feu**. »* - Brigitte Oriol.

Ne pas apporter d'aide à l'enfant, pire lui envoyer un message inhibiteur et ou culpabilisant va générer un stress important et inonder son cerveau de cortisol, qui à forte dose, peut causer des retards de croissance voir des lésions comme l'explique la pédiatre Catherine Gueguen, en s'appuyant sur une étude réalisée en 2013 par Rebeca Walker de l'Université d'Oxford :

« Quand un enfant est laissé seul avec sa détresse, avec sa peur, il va sécréter des molécules de stress (du cortisol). A forte dose, ses molécules sont très toxiques pour le cerveau fragile de l'enfant. Des neurones peuvent même être détruits dans des zones essentielles. »

C'est ce qu'on appelle les **Violences Educatives Ordinaire**, ou encore **Adultisme** : toute la violence admise sur les enfants car les gens les méprisent. Cette violence est le début de la violence que chacun connais dans sa vie à des échelle plus ou moins marquées car à côté de cela se rajoute les intersectionnalités : toutes les autres discriminations (sexisme, racismes, validisme, classisme...). *(Je suis en train d'écrire un article dessus)*

L'Empathie est cette Attention qu'on porte à Autrui pour lui Donner la Reconnaissance qu'iel Mérite en tant qu'Être Vivant.

L'inverse de l'Empathie est le Déni : la non reconnaissance de la Vie qui l'objectise, déshumanise. Et ainsi, c'est la violence aliénante.

Cette Attention va faire de cette personne un.e Adulte Mature & Responsable : **Autonome et Attachant,** et non addicte (Les TOC) à cause de la Carence Affective

La Phase de développement est autour de 7 ans, d'où *l'âge de Raison.* Mais l'écrasante majorité n'a pas accès à cette maturité à cause des violences qui garde l'enfant aliéné par la peur de mal faire. Il se pressera ainsi pour être parfaire pour essayer de satisfaire les autres pour essayer de recevoir ce qu'il croit être de l'amour : qui est en fait de l'Attachement Traumatique, sur la Carence Affective qui est la Peur de Manquer. Cette personne sera alors Narcissique car elle est littéralement en Manque et donc ses désirs seront prioritaires aux autres : l'Humilité n'existe pas ici car la psychée d'un.e carencé est de base biaisée. C'est pour ca que 90% de la population mondiale a des biais / préjugés / croyances misogynes car c'est le climat de terreur de la société patriarcale.

Ressources VEO :

StopVEO.org - site très bien fait avec des Outils

Collectif infentiste

Voici la phase Essentielle que les enfants doivent réussir à passer. Or, bien trop ne l'on pas passé, et c'est donc tout ce qu'on peut voir avec les maladies mentales sur le spectre narcissique (borderline, bipolaire,...)

celine__ellie
58.0K followers
Voir le profil
Le savais-tu ?
IL EXISTE
4 TYPES D'EMPATHIE
Les connaître et les développer
pour un couple heureux et épanoui
• Céline Ellie •
Voir plus sur Instagram
1498 mentions J'aime
Ajouter un commentaire...

---

extrait du site StopVEO.org - très bon site avec des outils :

Qu'est ce que la Violence Educative Ordinaire (VEO) ?

L'acronyme « VEO » est la **Violence** (physique, psychologique ou verbale) utilisée envers les enfants dans une intention **Éducative** (pour leur « bien », pour qu'ils aient un « bon comportement »), culturellement admise et tolérée, dans tous les lieux et tous les milieux ; elle en devient alors « **Ordinaire** ». Ça se nomme **l'acrasie : vouloir le Bien mais Faire le Mal. On veut le bien de nos enfants en les maltraitant : dissonance cognitive.**

La Violence Éducative Ordinaire (« VEO »), est la violence (physique, psychologique et / ou verbale) utilisée envers les enfants au prétexte de leur éducation (corrections, punitions), communément admise et tolérée (« ordinaire »). Plus simplement : claque, fessée, tape mais aussi menace, humiliation, chantage affectif…

Cette définition est conforme à la loi du 10 juillet 2019, à laquelle StopVEO, Enfance sans violences, a contribué,

S'il existe bel et bien **un continuum des violences**, toutes les autres formes de violence ne peuvent être considérées comme des VEO.

Nous trouvons dans le registre des VEO :

- **les violences physiques** : fesser, gifler, mettre des « petites » tapes sur les mains, secouer, tirer les oreilles, bousculer, pousser, priver de nourriture…
- **les violences psychologiques** : punir, culpabiliser, faire du chantage, menacer, priver d'affection, menacer d'abandonner l'enfant…
- **les violences verbales** : crier, insulter, se moquer, humilier…

La VEO regroupe donc tous les *moyens violents* que les adultes (parents ou professionnels) utilisent pour faire *obéir* l'enfant et *changer son comportement*. La VEO se transmet ainsi de génération en génération : les parents reproduisent ce qu'ils ont vécu lorsqu'ils étaient enfants et pensent ainsi donner « une bonne éducation » à leur enfant. Notre société est marquée par certaines croyances erronées selon lesquelles *« l'obéissance et les châtiments corporels seraient des principes éducatifs »*. Ces « principes éducatifs » sont le fruit d'une méconnaissance profonde du développement cognitif et affectif des enfants. Certains parents et éducateurs interprètent donc, à tort, les comportements de leur enfant (en les qualifiant notamment de « caprices ») et il est très répandu de croire qu'un enfant deviendrait un « enfant-roi » si les parents ne le punissent pas quand il se « comporte mal ».

Les VEO sont une des causes du trauma transgenerationnel de la société patriarcale qui fabrique des narcissiques : des traumatisée, qui ont appris à obéir donc : des programmes. Des intelligences artificielles programmées pour chercher son Profit.

Quelles conséquences ?

De nombreuses études, notamment en neurosciences, ont démontré les conséquences néfastes de ces violences – mêmes « légères » – subies dans l'enfance. Des auteurs comme Alice Miller et Olivier Maurel exposent les conséquences sur la société et la transmission de cette violence aux générations à venir.

Comment expliquer qu'il est admis de taper, gifler, pincer ou humilier un enfant – personne la plus vulnérable et dépendante – alors que cela est condamnable lorsqu'il s'agit d'un adulte, d'une femme ou même d'un animal ?

Les enfants, seuls, n'ont pas les moyens de faire valoir leurs droits…

Nous, adultes, sommes celleux qui devons nous mobiliser pour toustes celleux qui ne peuvent pas se protéger ! C'est Notre Devoir d'aider & Proteger toustes les Victimes, Discriminées, Vulnérables.

L'Addiction la plus fréquente et la plus admise est l'Addiction au Pouvoir pour combler son Complexe d'inferioté, le complexe du Manque d'Amour, la Carence Affective,

le complexe du Manque d'Estime de Soi.

Le Biais est de définir la Valeur d'une personne sur son Profit pour nous ramener de l'Estime de nous-même : nous Flatter.

Or, notre Estime se mesure à L'Honneur qu'on fait aux gens, et nons à La Manipulation qu'on fait aux gens.

Ainsi on voit comment la carence affective est la perversion, et que de carence il creuse pour sa dose, pour être encore plus carencé de son estime de lui d'utiliser les autre.

Une Valeur n'a par définition par de Prix.

Un Vaux-Rien, un enDetté, sera une personne qui met un Prix sur la vie : l'Objectivise / la Deshumanise. C'est le Karma, la dette de violence qu'on a envers la Vie. Quand l'Empathie, c'est le Respect.

Inestimable : Aucune Valeur.

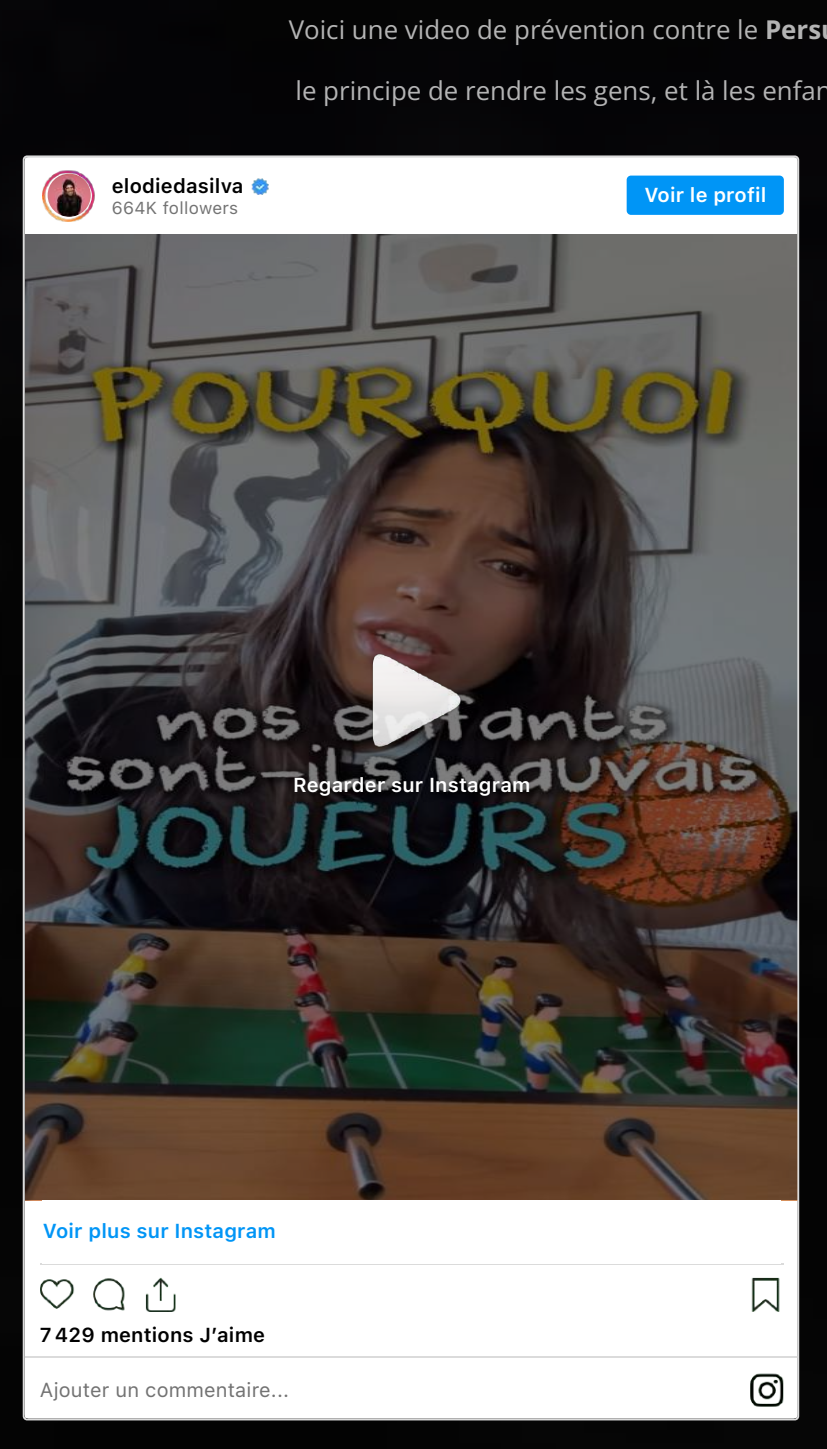
Bases d'Addictologie

Karma & Militantisme

"Les mots qui font mal" film de sensibilisation sur l...
Partager
Regarder sur YouTube

Voici une video de prévention contre le **Persuasive Design** :

le principe de rendre les gens, et là les enfants accros pour qu'ils soient esclaves de l'industrie.



Exemples de situations avec Empathie et leurs bénéfices

Hugo : Pendant la réunion pédagogique, la professeure d'anglais, qui a une bonne relation avec Hugo raconte : « J'ai aussi été témoin d'une violente crise d'Hugo (une altercation agressive avec un autre élève) dans la cour et voilà ce que j'ai fait. Je me suis approchée doucement, calmement d'Hugo qui sait que je suis enceinte. Je lui ai dit : « Hugo, c'est Corinne ta professeure d'anglais ». Je me suis placée derrière lui et je l'ai entouré de mes bras, cela l'a calmé immédiatement. Nous avons ensuite pu nous isoler pour discuter de ce qui venait de se passer ».

Charlotte, à la suite de sa première séance d'acupuncture, reçoit de l'empathie de son conjoint, la déception et la frustration exprimées, elle est alors en capacité d'identifier et de dire ce dont-elle aurait besoin. Elle dit : « J'aurai besoin que la praticienne me parle davantage, qu'elle m'écoute et que je puisse lui dire ce dont j'ai besoin afin que nous puissions collaborer, que je me sente prise en compte et non pas traitée comme une chose. »

Charlotte, qui veut vraiment guérir, et qui a déjà ressenti les bienfaits de l'acupuncture par le passé, décide malgré tout d'y retourner. Mais cette fois forte de la clarté à laquelle elle a accédée grâce à l'empathie, elle a imaginé une stratégie pour ne pas revivre la douleur et les hématomes. Elle s'est donc manifestée pendant la séance suivante. A chaque fois qu'une aiguille a été trop douloureuse la praticienne l'a replacée sans provoquer de douleur. Aujourd'hui Charlotte va mieux et elle a déjà pris rendez-vous pour sa troisième séance.

Hugo et Charlotte ont opéré une petite révolution dans leur vécu de la situation : ils ont radicalement modifiés leurs comportements d'une manière plus satisfaisante pour eux et/ou pour les autres. Voilà deux conséquences de l'empathie sur la personne et ses relations. C'est parce qu'il y a une véritable modification « neuronale » positive sous l'effet de l'empathie.

Modification neuronale positive : *« Chaque expérience relationnelle va modifier en profondeur les molécules cérébrales, les neurones, leurs connexions, les structures des circuits cérébraux et même l'expression de certains gènes. Une relation empathique, aimante, soutenante est la condition fondamentale pour permettre au cerveau d'évoluer de manière optimale ».* Gueguen

L'empathie se developpe par la création des neurones miroirs : on apprends par l'Exemple. Ainsi, il faut être un Modèle à suivre pour partager cette compétence : il faut de la Cohérence, car l'incongruence est de la Violence.

L'assertivité est le moyen de prendre en compte l'autre, sans être dans une relation de dominant / agressif ou dominée / soumis.

Le mot assertivité vient de l'anglais *assertiveness*. **Cela signifie la capacité à s'exprimer, à défendre ses droits, son opinion, sans empiéter sur ceux des autres**. « L'assertivité, c'est d'abord un état d'être, un état d'esprit, une philosophie. **Ce sont aussi des attitudes d'expression et d'affirmation de soi sur un mode serein, c'est-à-dire sur un mode de communication non violente, un langage corporel, verbal et paraverbal facilitant l'échange dans un esprit de coopération**.

L'Assertivité est le mode d'Être et de communiquer qui n'est ni agressif, ni fuyant, ni passif-agressif : Présent & Humble, Empathique.

Le manque de prise en compte des émotions, des ressentis, de ce qu'éprouve et expérimente une personne via l'empathie a des conséquences néfastes, c'est de la Violence : comme de générer du stress, de l'isolement, de la fuite et des relations malsaines, toxiques ou violentes. Mais aussi, et c'est plus grave, *« la perturbation ou le ralentissement du développement du cerveau chez les jeunes enfants, les rendant insensibles et débouchant souvent sur des conduites antisociales (délinquance, agressivité, vols, drogues) »* comme le rappelle Catherine Gueguen.

C'est l'Apathie, la Dissociation traumatique.

L'empathie a donc un effet positivement structurant sur le cerveau et plus particulièrement sur cette partie du cerveau qui va plus tard permettre à l'enfant de pouvoir réguler ses émotions. Étant donné que : *« cela touche le cortex préfrontal qui nous permet d'être différents des grands singes, cela fait développer des circuits cérébraux qui vont permettre à l'enfant progressivement, de savoir gérer ses émotions.* » Gueguen

Dans la vie de tous les jours, être en relation avec des personnes empathiques est un véritable avantage. Un privilège. Selon Jamil Zaki, docteur en psychologie et professeur à l'université de Stanford : *« Les patients des médecins empathiques se montrent moins déprimés, les collaborateurs des managers empathiques sont moins stressés et les partenaires des personnes empathiques sont plus satisfaits par leur relation. »*

Carl Rogers, psychologue américain, le premier à avoir mené des études scientifiques autour de l'empathie déclare pour sa part : « *même à l'école elle (l'empathie) produit un changement important* ». Et de poursuivre que :

« Les études d'Aspy et de ses collègues montrent que l'apprentissage de la lecture chez les enfants s'améliore de façon significative dans les classes où les maitres montrent un haut degré de compréhension en comparaison des classes ou cette compréhension n'existe pas. Ceci a été vérifié dans de nombreuses classes. » - Aspy 1972, Ch. k ; Aspy & Roebuck, 1975.

Plus proche de nous, Omar Zanna Docteur en psychologie et en sociologie, Maître de conférence à l'université du Maine (Le mans) écrit dans la conclusion de son livre, Cultiver l'empathie à l'école: *« Des effets constatés sur les élèves, nous notons une plus grande capacité à reconnaître, dire, partager et gérer ses émotions, moins de moqueries et plus d'entraide, une entrée systématique dans les propositions, une mise au travail plus rapide, une plus grande mixité garçon-fille, une plus grande motivation et appétence pour les apprentissages, moins de leçons non sues ou non apprises…»*

L'empathie agit donc à la fois comme un facteur central pour le bien-être et la performance relationnelle ainsi que pour le développement de son propre potentiel. Cela vient du fait que le besoin d'empathie est le ciment de l'acceptation de soi, de la confiance en soi et par conséquent de l'accès à son potentiel de développement. C'est aussi la garantie de créer en soi, un espace pour à son tour faire preuve d'empathie envers les autres.

L'Empathie est la Base pour se developper sans être traumatisé. Sans empathie, nous sommes des être violents qui objectisons la vie. C'est Conscientiser la Préciosité de la Vie pour Chérir chaque Entité sans s'Oublier.

Rendons à la Vie Toute Sa Valeur pour Planter le Meilleur.

Peut-on développer son Empathie ?

Oui : si nous le Décidons et si nous nous Exerçons.

Developper son Empathie c'est Se Soigner du Déni d'Altérité : c'est la Reconnaissance de la Vie.

Et pour Reconnaitre la Vie, il faut la Voir en Vérité. Donc il faut Apprendre qui Elle Est, *pour remplacer le ce qu'on voudrait qu'elle soit pour arrêter de faire de nos désirs des réalités…*

Donc s'éduquer pour enlever tous ces biais pour communiquer avec Humilité pour se Soigner & se Protéger pour créer une belle communauté comme nous sommes sensés.

Le professeur Jamil Zaki affirme, dans sa conférence citée en référence, que l'empathie est une compétence que tout un chacun peut développer. Il mène d'ailleurs une étude qui déconstruit la croyance que les femmes seraient plus empathiques que les hommes par nature. Même si les études montrent qu'aujourd'hui les femmes montrent de meilleures aptitudes empathiques, ce n'est pas une question de genre. Alors les raisons sont alors culturelles, environnementales ou éducatives : c'est ce qu'on nomme la Culture des VIOLences ou encore la Fabrique du Consentement, c'est toute cette propagande, ces mensonges, ces croyances qui est un délire. En tout cas, désolé Messieurs, plus d'excuses… **les hommes peuvent faire preuve d'empathie s'ils le décident.**

Pour preuve le professeur Zaki fait état d'une expérience qu'il a mené rémunérant des volontaires femmes et hommes pour « montrer » de l'empathie et qui atteste que les hommes aussi, sont capables de faire preuve d'empathie.

Voir cette publication sur Instagram

Une publication partagée par Guillaume E. Lopez / Champignons & Cie (@zen...

L'Empathie Est Juste le Chemin de La Conscience.

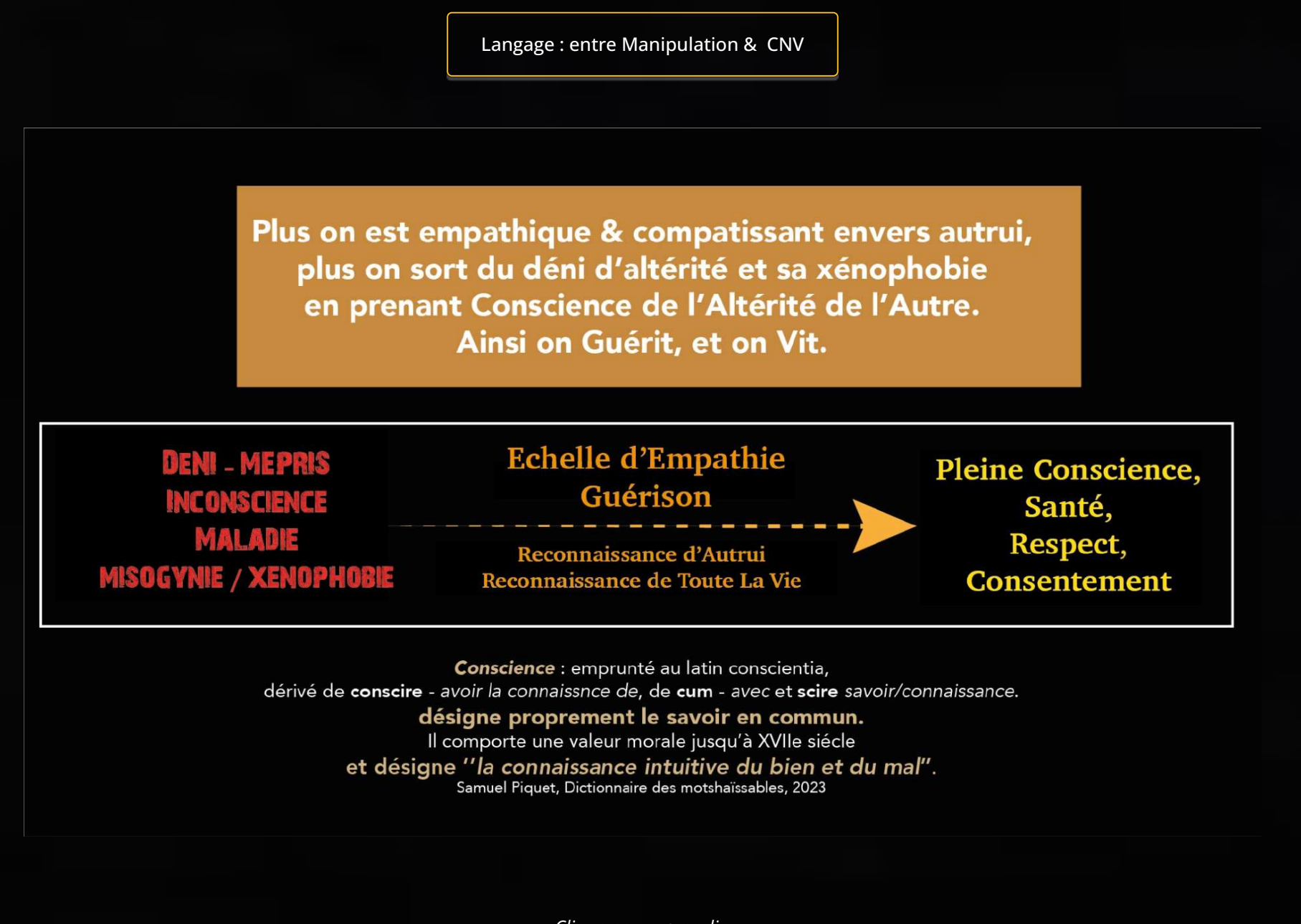
La Pleine Conscience étant l'Animisme,

lorsqu'on Respecte Toute La Vie à Humilité, à Equité.

Je vous laisse avec quelques schémas explicatifs pour bien avoir la différences entre Empathie, Apathie, Sympathie, Antipathie, bien avoir le schéma de sa conscience.

L'Empathie s'exerce avec la Communication Non Violente notamment, pour apprendre à prendre l'autre en Considération. Je conseille notamment les outils, livres, BDs, jeux de Art Mella, L'apprenti girafe, Marshall Rosenberg, Thomas d'Asimbourg.

Langage : entre Manipulation & CNV



Plus on est empathique & compatissant envers autrui, plus on sort du déni d'altérité et sa xénophobie en prenant Conscience de l'Altérité de l'Autre. Ainsi on Guérit, et on Vit.

DENI - MEPRIS
INCONSCIENCE
MALADIE
MISOGYNIE / XENOPHOBIE

Echelle d'Empathie
Guérison
Reconnaissance d'Autrui
Reconnaissance de Toute La Vie

Pleine Conscience,
Santé,
Respect,
Consentement

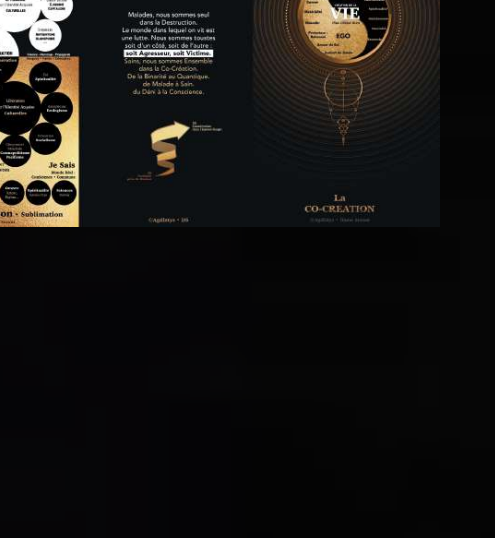
Conscience : emprunté au latin conscientia,
dérivé de **conscire** - *avoir la connaissnce de*, de **cum** - *avec* et **scire** *savoir/connaissance.*
désigne proprement le savoir en commun.
Il comporte une valeur morale jusqu'à XVIIe siécle
et désigne *"la connaissance intuitive du bien et du mal"*.
Samuel Piquet, Dictionnaire des motshaissables, 2023

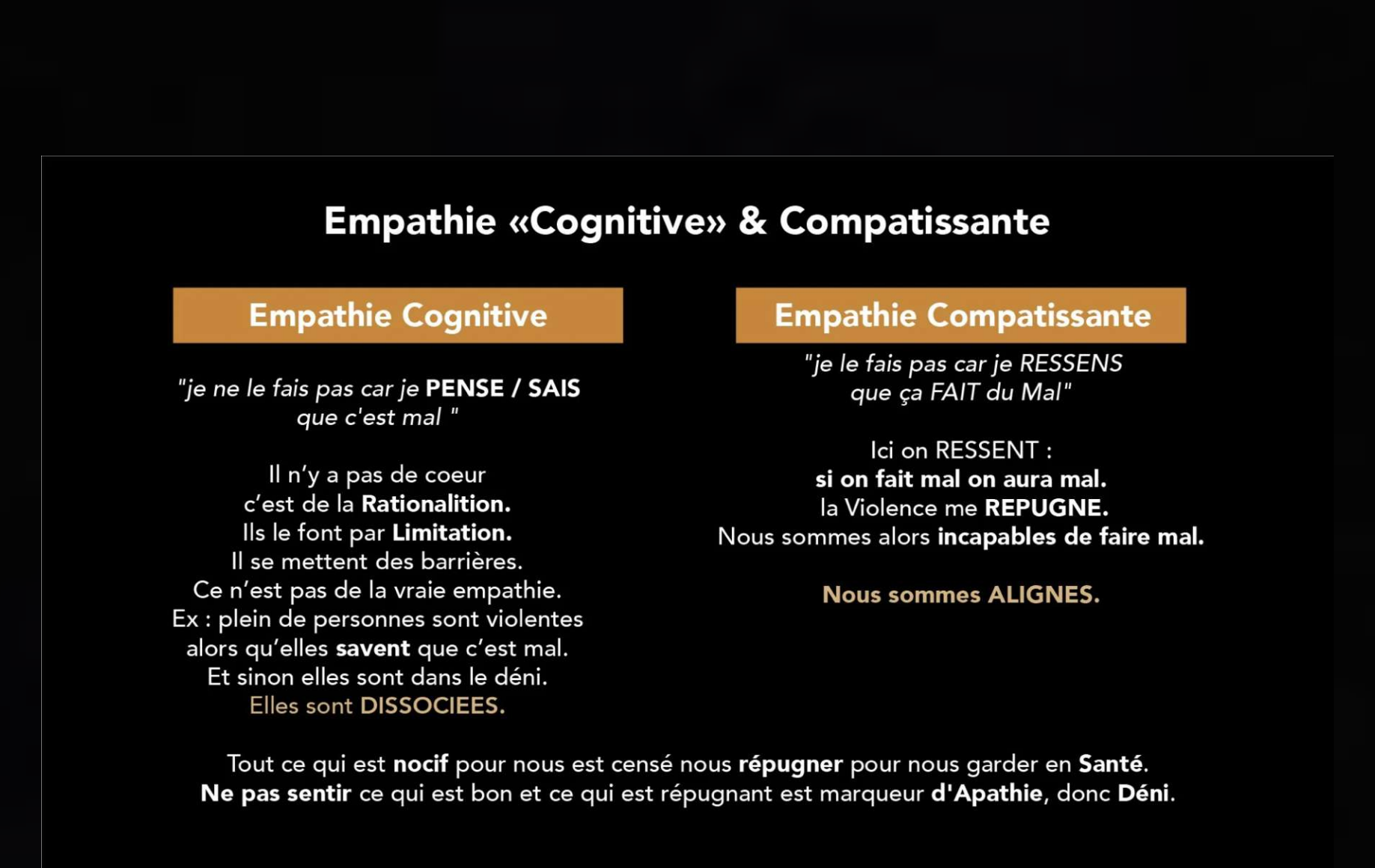
Clique pour agrandir.

Justice
Conscience Universelle
Vérité
Respect
Conscience
ECO
EGO
Empathie
Réalités
VIOLENCE
Moi
Toi
Elle
Elleux
Lui
©Agdistys • Diane Serant

CULTURE
VIOLENCES
INCONSCIENTES
ON SUBIT,
ON IGNORE,
ON A PEUR,
ON AGRESSE,
ON EST HAINE,
ON EST ALIENE,
ON EST UN ALIEN
A NOUS MEME
QUAND JE CROIS
L'ENFER ME MENT
JE SUIS UN DEMON
qui a remplacé ses Dents
par le Col Blanc
pour S'Accaparer L'Energie :
Le Sang, La Vie, L'Esprit !
DETTE KARMIQUE
ÇA FAIT
CHER POUR PLAIRE
Le Patriarcat Sacrifie L'Innocence
sur l'auTel de sa Démence.
La Seule Voix de Sortie :
C'est Le Repenti.
Consentir à Choisir La Vie
plutôt que La Maladie
ou
L'Harmonie Appelle La Justice.
©Agdistys • Diane Serant

Empathie «Cognitive» & Compatissante
Empathie Cognitive
Empathie Compatissante





Empathie «Cognitive» & Compatissante

Empathie Cognitive

"je ne le fais pas car je ***PENSE / SAIS*** *que c'est mal "*

Il n'y a pas de coeur
c'est de la **Rationalition.**
Ils le font par **Limitation.**
Il se mettent des barrières.
Ce n'est pas de la vraie empathie.
Ex : plein de personnes sont violentes
alors qu'elles **savent** que c'est mal.
Et sinon elles sont dans le déni.
Elles sont **DISSOCIEES.**

Empathie Compatissante

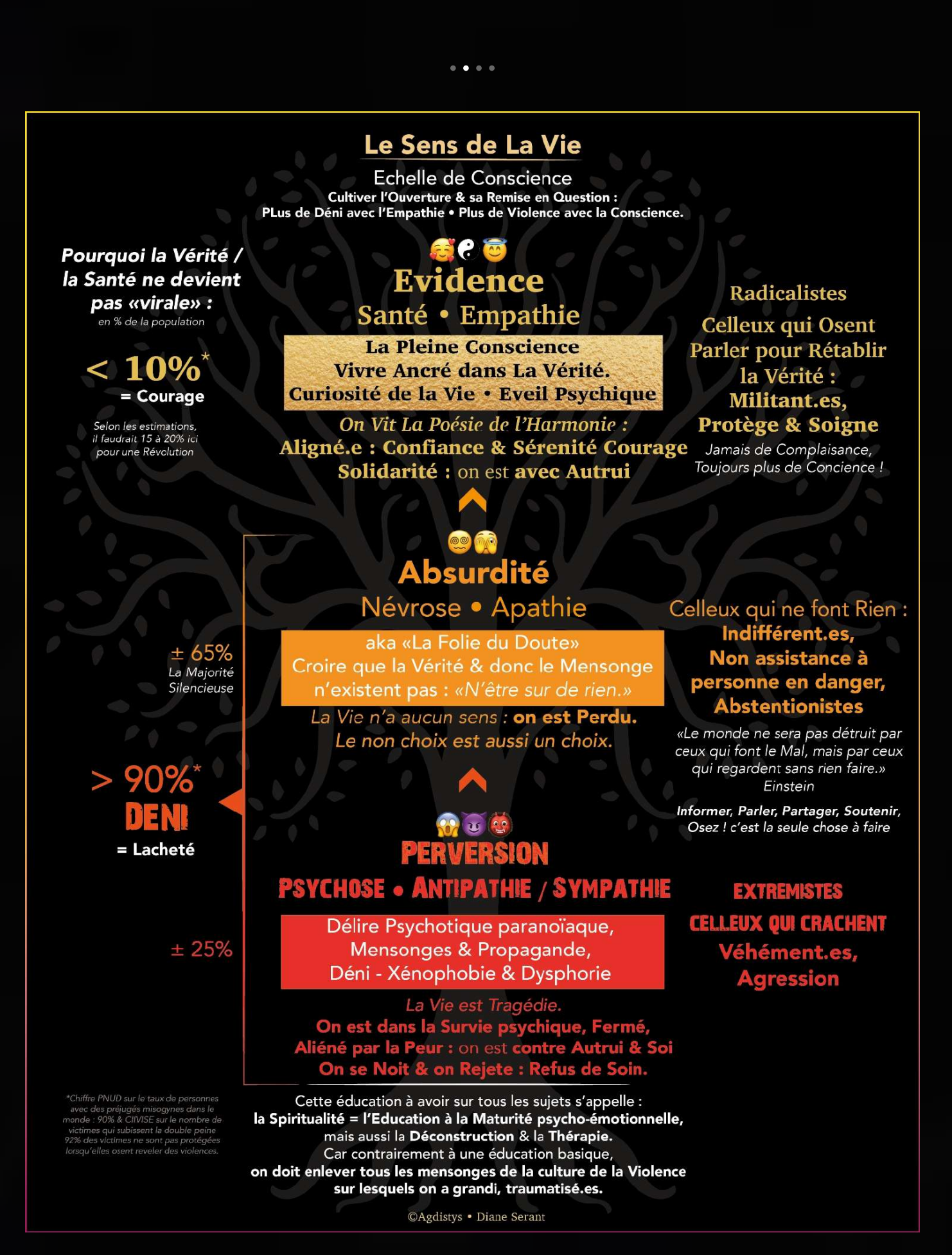
"je le fais pas car je RESSENS que ça FAIT du Mal"

Ici on RESSENT :
si on fait mal on aura mal.
la Violence me **REPUGNE.**
Nous sommes alors **incapables de faire mal.**

Nous sommes ALIGNES.

Tout ce qui est **nocif** pour nous est censé nous **répugner** pour nous garder en **Santé**.
Ne pas sentir ce qui est bon et ce qui est répugnant est marqueur **d'Apathie**, donc **Déni**.

• • • •



Le Sens de La Vie
Echelle de Conscience
Cultiver l'Ouverture & sa Remise en Question :
PLus de Déni avec l'Empathie • Plus de Violence avec la Conscience.

Pourquoi la Vérité / la Santé ne devient pas «virale» :
en % de la population

< 10%* **= Courage**
Selon les estimations, il faudrait 15 à 20% ici pour une Révolution

🥰☯😇
Evidence
Santé • Empathie
La Pleine Conscience
Vivre Ancré dans La Vérité.
Curiosité de la Vie • Eveil Psychique
On Vit La Poésie de l'Harmonie :
Aligné.e : Confiance & Sérénité Courage
Solidarité : on est **avec Autrui**

Radicalistes
Celleux qui Osent Parler pour Rétablir la Vérité :
Militant.es,
Protège & Soigne
Jamais de Complaisance, Toujours plus de Concience !

± 65%
La Majorité Silencieuse

Absurdité
Névrose • Apathie
aka «La Folie du Doute»
Croire que la Vérité & donc le Mensonge n'existent pas : *«N'être sur de rien.»*
La Vie n'a aucun sens : **on est Perdu.**
Le non choix est aussi un choix.

Celleux qui ne font Rien :
Indifférent.es,
Non assistance à personne en danger,
Abstentionistes
«Le monde ne sera pas détruit par ceux qui font le Mal, mais par ceux qui regardent sans rien faire.»
Einstein
Informer, Parler, Partager, Soutenir, Osez ! c'est la seule chose à faire

> 90%* **DENI** **= Lacheté**

± 25%

PERVERSION
PSYCHOSE • ANTIPATHIE / SYMPATHIE
Délire Psychotique paranoïaque,
Mensonges & Propagande,
Déni - Xénophobie & Dysphorie
La Vie est Tragédie.
On est dans la Survie psychique, Fermé,
Aliéné par la Peur : on est **contre Autrui & Soi**
On se Noit & on Rejete : Refus de Soin.

EXTREMISTES
CELLEUX QUI CRACHENT
Véhément.es,
Agression

Chiffre PNUD sur le taux de personnes avec des préjugés misogynes dans le monde : 90% & CIIVISE sur le nombre de victimes qui subissent la double peine 92% des victimes ne sont pas protégées lorsqu'elles osent reveler des violences.

Cette éducation à avoir sur tous les sujets s'appelle :
la Spiritualité = l'Education à la Maturité psycho-émotionnelle,
mais aussi la **Déconstruction** & la **Thérapie.**
Car contrairement à une éducation basique,
on doit enlever tous les mensonges de la culture de la Violence
sur lesquels on a grandi, traumatisé.es.

©Agdistys • Diane Serant

mettre l'apathie et la sympathie sur le même pieds peut paraitre fort mais il faut comprendre que la sympathie est de la contagion émotionnelle : on va internaliser les émotions de quelqu'un d'autre pour les faire siennes : ça devient aussi de la psychose et les gens peuvent se montrer finalement assez véhéments (bien sûr, pas toustes). Et ce phénomène existe beaucoup dans l'idéologie transe sur laquelle j'écris tout un article.

• ReConNaissance •

X Post

Code Source : Les Règles de La Vie - La Conscience Quantique

• Liste les Lois quantiques de la Vie • Tous les biais par règles

• les Schémas du principe Essentiel des Livres Saints

Je ne suis pas sponsorisée & je refuse les partenariats qui me sont proposés qui ne sont pas vraiment Éthiques.
Je partage juste les bons plans que j'ai chiné depuis 20 ans car je crois fortement à un meilleur demain Ensemble, en se serrant les coudes, en partageant ce genre d'informations. Je fais tout simplement ma part. Alors transitionnons ensemble, pour créer un meilleur demain Uni entre Art & Nature, pour voir le Beau partout autour de Nous.
Au plaisir de Nous voir grandir et s'épanouir. 🌿

Si tu veux me soutenir,
• tu peux me faire un don sur Tipeee (à la manière de wikipedia)
• ou bien partager mon travail : Facebook & Instagram
• ou bien me laisser un avis ici : Avis google.

Si tu as des bons plans à partager ou si tu veux un devis pour une prestation : n'hésite pas à me contacter !
On pourra écrire ensemble ou je pourrai publier ce que tu veux partager :) Ici c'est open edition

Téléchargements gratuits :

• Ma Liste d'Achat • Mon Guide Express Complet •
• Mon support de formation contre le Déni •
• Formations NousToutes •
• Mes Schéma •
• Mes Fables •

• Galerie Charte aMi •

-Mes Réseaux en haut à gauche du site.

Sitemap Agdistys.fr
Sitemap Schémas

Agdistys • Diane Serant © Tous dro its réservés 2021
© Diane Serant • Agdistys – Ce travail est sous licence Creative Commons Attribution
- ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0).
https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/

• Cookies